

## **HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN *MUSIC PERFORMANCE ANXIETY* PADA MAHASISWA PEMAIN ORKESTRA**

**Ade Syarifafathiawati<sup>1</sup>, Dian Ratna Sawitri<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto, S.H. Tembalang, Semarang, 50275

[adesyarifafathiawati@gmail.com](mailto:adesyarifafathiawati@gmail.com)

### **Abstrak**

*Music performance anxiety*(MPA) merupakan kecemasan yang dirasakan individu secara terus-menerus yang disebabkan oleh performa musikal, dan timbul melalui suatu pengalaman pengkondisian yang spesifik dan dimanifestasikan melalui kombinasi gejala afektif, kognitif, somatik dan perilaku. Sifat kepribadian yang penting dalam MPA adalah perfeksionisme yang dapat terjadi bersamaan dengan *performance anxiety*. Perfeksionisme didefinisikan sebagai *trait* kepribadian yang dicirikan dengan usaha keras individu dalam menetapkan standar kinerja yang sangat tinggi disertai evaluasi diri yang terlalu kritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dan MPA pada mahasiswa pemain orkestra. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan nonmusik yang tergabung dalam orkestra di OSUI Mahawaditra, UKM Bersama Dalam Musik (BDM) Binus University, dan *The Sound of Phoenix* Universitas Prasetiya Mulya dengan jumlah 200 orang. Sampel penelitian berjumlah 70 mahasiswa anggota orkestra yang diperoleh dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Data diperoleh dengan menggunakan Skala Perfeksionisme dan Skala *Music Performance Anxiety*. Hasil analisis *Rank Spearman* menunjukkan hasil koefisien korelasi  $r_{xy} = -0,128$  dengan  $p = 0,289$  ( $p > 0,05$ ) yang artinya terdapat hubungan negatif meski tidak signifikan antara perfeksionisme dan MPA. Mayoritas subjek penelitian berada pada kategori MPA sedang. Uji beda menggunakan analisis *independent T-test* menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat MPA yang signifikan antara laki-laki dan perempuan.

**Kata kunci:** mahasiswa, music performance anxiety, orkestra, perfeksionisme

### **Abstract**

Music Performance Anxiety (MPA) is the anxiety felt by people constantly caused by a musical performance, and arise through a specific conditioning experience and manifested by a combination of affective, cognitive, somatic and behavioral symptoms. Personality traits that are important in MPA is perfectionism that can occur simultaneously with performance anxiety. Perfectionism is defined as a personality trait characterized by individual effort in setting performance standards very high with overly critical self-evaluation. This study aims to determine the relationship between perfectionism and MPA in undergraduate student as orchestra performer. The population in this study were 200 students in undergraduate non-music major who are members of the orchestra in the OSUI Mahawaditra, UKM Bersama Dalam Musik (BDM) Binus University, and The Sound of Phoenix Prasetiya Mulya University. The sample consisted of 70 student members of the orchestra and were obtained by using a convenience sampling technique. Data obtained using Perfectionism Scale and Music Performance Anxiety Scale. The results of Spearman Rank analysis showed the correlation coefficient  $r_{xy} = -0,128$ ,  $p = 0,289$  ( $p > 0,05$ ) which means that there is a negative but not significant relationship between perfectionism and MPA. The majority of sample has a moderate category of MPA. Different test using independent T-test analysis showed that no significant differences in MPA levels between men and women.

Keyword: undergraduate student, music performance anxiety, orchestra, perfectionism

## **PENDAHULUAN**

Mahasiswa memiliki berbagai kegiatan di luar bidang akademik yang dapat dipilih sesuai dengan minat dan potensi, salah satunya adalah di bidang kesenian musik orkestra yang bertujuan untuk menyalurkan bakat dan minat mahasiswa dalam bermain musik dengan format orkestra. Mahasiswa pemain orkestra dalam penelitian ini memainkan instrumen yang selalu digunakan dalam orkestra simfoni maupun alat-alat musik tambahan yang tidak wajib digunakan

tetapi masih dapat dikatakan standar dalam orkestra. Hadirnya musik orkestra di Indonesia disebabkan karena adanya kontak dengan bangsa-bangsa Barat. Tetapi, *genre* musik klasik menunjukkan perkembangan yang cukup positif di Indonesia yang disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain semakin berkembangnya instansi pendidikan musik formal maupun nonformal, adanya kelompok-kelompok musik orkes yang mempunyai komitmen kuat terhadap musik klasik, serta frekuensi pertunjukan musik klasik yang cukup tinggi (Dea, 2013).

Pada umumnya orkestra menampilkan pertunjukan musik klasik Barat, mulai dari komposisi karya Bach, Mozart, dan sebagainya. Musik klasik merupakan musik yang komposisinya dibuat oleh seorang komposer kemudian ditulis ke dalam notasi musik yang memainkan aransemennya secara keseluruhan (*score*), yang digunakan sebagai pedoman ketika melakukan pertunjukan. Penampilan dalam bermusik membutuhkan penguasaan berbagai kemampuan, seperti motorik dan koordinasi, atensi dan ingatan, keindahan dan kemampuan menginterpretasi (Kenny, 2006). Hal yang perlu diperhatikan adalah bahwa musisi klasik, yang jarang ditujukan untuk berimprovisasi, dapat menjadi lebih perfeksionis dibandingkan dengan artis pertunjukan lainnya karena musisi klasik dituntut untuk dapat membaca notasi lagu (*sight reading*), tangga nada (*scales*), tinggi rendah nada (*pitch*), *pause*, nuansa musik lainnya serta mempelajari teknik-teknik tertentu yang diperlukan tanpa kesalahan sesuai dengan instrumen yang sedang dipelajari. Kecemasan ini mempengaruhi musisi di segala rentang usia terlepas dari lamanya latihan dan tingkat pencapaian musik, yang bisa saja merusak kualitas pertunjukan musik jika tidak menampilkannya dengan maksimal (Helding, 2016). Menurut Piko dan Kenny (2018), hal ini dapat menimbulkan kecemasan dalam menampilkan performa musikal di hadapan umum bagi sebagian individu, yang kemudian disebut sebagai *music performance anxiety* (MPA).

*Music performance anxiety* adalah kecemasan yang dirasakan individu secara terus-menerus dan kuat yang bertahan lama, terkait dengan kinerja musik yang tidak serta merta mengganggu kinerja individu dan tidak selalu terkait dengan pencapaian *performance* musik yang sebenarnya, yang dapat dialami berbagai kalangan yang berkecimpung dalam bidang musik (Kenny, 2016). Penelitian sebelumnya oleh Paliukiene, Kazlauskas, Eimontasa, dan Skeryte-Kazlauskiene (2018) menunjukkan bahwa terdapat 20.2% mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatasi MPA. Pada dasarnya, *performance anxiety* adalah bagian dari gangguan kecemasan sosial (*social anxiety disorder*) yang merupakan ketakutan nyata atau kecemasan pada satu atau beberapa situasi sosial di mana individu tampil di depan umum dan diawasi oleh orang lain, yang secara spesifik merupakan bagian dari fobia sosial menurut DSM-5 dan memiliki karakteristik kecemasannya terbatas pada berbicara atau tampil di depan umum (Fuentes-Rodriguez, Garcia-Lopez, & Garcia-Trujillo, 2018). Menurut Paliukiene dkk. (2018), populasi mahasiswa beresiko mengalami MPA karena selain sedang menghadapi banyak penampilan bermusik, mereka berpeluang mengembangkan karir sebagai musisi, sehingga keberhasilan memainkan alat musik di orkestra dapat menentukan karirnya di masa yang akan datang. Tingginya MPA pada mahasiswa dapat dihubungkan dengan terganggunya motivasi untuk berlatih dan menjadi bagian dari konser, yang dapat berkembang menjadi perilaku menghindar. Salah satu karakter kepribadian yang dipercaya berkontribusi dalam *performance anxiety* musisi dan distress adalah perfeksionisme (Dews & Williams, dalam Kobori, Yoshie, Kudo, & Ohtsuki, 2011).

Perfeksionisme adalah *trait* kepribadian yang dicirikan oleh standar kinerja yang sangat tinggi disertai dengan kecenderungan untuk evaluasi diri yang terlalu kritis terhadap perilaku individu (Macedo, Marques, & Pereira, 2014). Salah satu konsep perfeksionisme yang paling banyak digunakan dan diteliti secara luas adalah model perfeksionisme dari Hewitt dan Flett (1991), bahwa perfeksionisme memiliki komponen yang berorientasi pada diri sendiri dan yang ditentukan secara sosial atau persepsi adanya tuntutan dari lingkungan sosialnya. Menurut

Kenny, Davis, dan Oates (2004), perfeksionisme yang diperlukan untuk pertunjukan musik dapat memberikan efek negatif pada kecemasan individu. Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Diaz (2018), terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara perfeksionisme yang berorientasi pada diri sendiri dengan MPA. Hubungan antar perfeksionisme dan MPA lebih kuat terjadi pada perempuan dibandingkan dengan pada laki-laki (Patston & Osborne, 2016). Penelitian sebelumnya oleh Kenny dan Osborne (dalam Patston & Osborne, 2016) menemukan hubungan positif dan signifikan antara MPA dan perfeksionisme pada musisi remaja.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi perfeksionisme, maka semakin tinggi MPA. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah perfeksionisme, maka semakin rendah MPA. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif yang signifikan antara perfeksionisme dengan *music performance anxiety*.

Penelitian mengenai MPA di Indonesia dapat dikatakan masih sangat terbatas. Penelitian-penelitian sebelumnya yang telah dilakukan cenderung lebih terfokus pada kaitannya dengan strategi *coping* yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan, dalam hal ini MPA. Sedangkan penelitian yang terfokus pada faktor-faktor seperti keinginan akan *performance* yang sempurna yang mempengaruhi belum banyak dilakukan di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan *music performance anxiety* pada mahasiswa pemain orkestra.

## **METODE**

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang tergabung dalam anggota Orkes Simfoni Universitas Indonesia (OSUI) Mahawaditra, Unit Kegiatan Mahasiswa Bersama Dalam Musik (UKM BDM) Binus University dan *The Sound of Phoenix* Universitas Prasetiya Mulya yang menjadi pemain orkestra atau yang mempelajari instrumen alat musik di kelompok orkestra di universitasnyaberjumlah 200 orang. Dari populasi tersebut, sampel yang didapatkan sebanyak 70 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *convenience sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi yaitu Skala Perfeksionisme dengan jumlah aitem 32 dan koefisien reliabilitas 0,919 dan Skala *Music Performance Anxiety* dengan aitem berjumlah 35 aitem dan koefisien reliabilitas 0,936. Model skala yang digunakan adalah skala Likert dengan aitem *favorable* dan *unfavorable* dengan pilihan empat jawaban. Analisis data yang digunakan untuk mengukur korelasi antar aitem adalah korelasi *Rank Spearman* dengan program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)* versi 24.0.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Uji hipotesis dengan teknik *Rank Spearman* menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = -0,128$  dengan signifikansi 0,289 ( $p > 0,05$ ) yang artinya terdapat hubungan negatif meski tidak signifikan antara perfeksionisme dengan *music performance anxiety*. Hasil analisis korelasi *Rank Spearman* menunjukkan bahwa hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti tidak diterima.

Hasil penelitian ini memiliki hasil korelasi tidak signifikan yang sama dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Thomas dan Nettelbeck (2014), bahwa rata-rata latihan per hari pada pemain musik yang dihubungkan dengan MPA memiliki hubungan yang tidak signifikan. Artinya, meskipun latihan sangat penting untuk keberhasilan tugas, namun hal tersebut tidak berperan secara signifikan dalam mengurangi MPA. Hasil penelitian ini juga memiliki hasil yang sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kobori dkk (2011) mengenai *trait* dan kognisi perfeksionisme yang juga dihubungkan dengan MPA. Hubungan dengan MPA dikatakan lemah

dan tidak signifikan ketika variabel-variabel lain dikendalikan dalam analisis regresi (Kobori dkk., 2011). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nicholson, Cody, dan Beck (2014) menunjukkan bahwa MPA pada musisi dapat bermacam-macam dilihat dari situasi penampilan musiknya, dan hasil kecemasan yang paling terlihat ditunjukkan pada penampilan solo dibandingkan dengan penampilan kelompok, hal ini dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi hasil penelitian ini karena orkestra merupakan penampilan kelompok.

Selain itu, hasil penelitian sebelumnya yang tidak memiliki hasil yang sama dengan penelitian telah dilakukan oleh Sarikaya dan Kurtaslan (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara perfeksionisme dan MPA. Penelitian lainnya yang tidak sejalan dengan hasil penelitian ini telah dilakukan pada musisi yang jauh lebih muda dan ditemukan hubungan positif antara ekspektasi orangtua dan MPA, selain itu dihasilkan juga bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara MPA dengan *concern over mistakes* atau khawatir akan kesalahan (Patston & Osborne, 2016). Menurut Holding (2016), individu yang mengalami MPA mencari bantuan dengan menentukan terlebih dahulu apakah manifestasi dari MPA tersebut hanya terjadi pada saat *performance* musik atau terkait dengan psikopatologi yang lebih mendalam dan lebih mendasar, seperti perfeksionisme yang berlebihan. Penjelasan tersebut menunjukkan hubungan bahwa perfeksionisme memperburuk intensitas MPA karena tekanan dari diri sendiri yang termasuk di dalam aspek *self-oriented perfectionism* merupakan pemicu munculnya MPA (Kenny, dalam Cupido, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perfeksionisme tidak berhubungan positif secara signifikan dengan MPA karena beberapa dimensi perfeksionisme sebenarnya dapat membantu mengurangi MPA seperti dimensi *parental expectation* atau adanya ekspektasi orangtua yang memiliki hubungan negatif dengan MPA berdasarkan hasil penelitian Piko dan Kenny (2018) serta dimensi *other-oriented perfectionism* yang juga berhubungan negatif dengan MPA (Diaz, 2018) dan hal ini bertentangan dengan teori bahwa perfeksionisme hanya dapat memainkan peran negatif dalam MPA.

Hasil kategorisasi pada penelitian ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa pemain orkestra memiliki perfeksionisme yang sedang dengan persentase 61,43% dan MPA yang juga sedang yaitu sebanyak 51,43%. Hal tersebut didukung oleh studi pendahuluan yang menyatakan bahwa anggota orkestra memiliki program kegiatan yang mampu menyeimbangkan antara tugas latihan musik dan kegiatan kemahasiswaan dengan baik di kampusnya. Hasil wawancara pada salah satu pemain *cello* di OSUI Mahawaditra menjelaskan bahwa bermain musik dalam orkestra mampu menjadi sarana dalam menyalurkan hobi di luar dari jadwal perkuliahannya, dan hal ini membuat sebagian besar mahasiswa mampu menikmati proses latihan dengan para anggota yang memainkan instrumen yang sama.

Uji *Independent T-test* menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan tingkat MPA yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Guven (2015) yang menyatakan bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat MPA yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Hasil penelitian yang menunjukkan hubungan yang tidak signifikan memiliki berbagai pertimbangan, yaitu: Pertama, berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, subjek yang diteliti merupakan *performer* murni atau yang memang berprofesi sebagai musisi. Penelitian tersebut telah dilakukan oleh Nicholson dkk (2014), Kenny dan Ackermann (2015), serta Cohen dan Bodner (2018). Sementara itu, penelitian ini melibatkan mahasiswa yang hanya menjadikan bermain musik dalam orkestra sebagai hobi atau kegiatan tambahan mahasiswa, bukan sebagai pekerjaan utamanya, sehingga tuntutan untuk menjadi perfeksionis hanya sedikit, tidak seperti

halnya para musisi profesional yang sudah berkarir lama dan bertanggung jawab penuh atas karirnya. Mahasiswa pemain orkestra yang hendak menjadi profesional menunjukkan tingkat MPA yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang hanya menjadikan musik sebagai hobi (Castiglione, Rampullo, & Cardullo, 2018).

Kedua, frekuensi *performance* pada subjek penelitian ini tidak sesering *performer* profesional pada umumnya yang memang menampilkan performa musikalnya sebagai karir dan dapat dikatakan bahwa penguasaan alat musik pada para profesional merupakan salah satu keterampilan yang paling sulit dan membutuhkan waktu bertahun-tahun praktik dan studi khusus (Kenny, Driscoll, & Ackermann, 2012). Hal ini terlihat dari kegiatan yang dimiliki oleh mahasiswa pemain orkestra yang menjadi subjek penelitian yaitu berupa penampilan-penampilan *event* tertentu saja seperti konser awal tahun, konser akhir tahun, acara wisuda kampus, dan konser kolaborasi.

Ketiga, pada diri subjek penelitian yang merupakan mahasiswa jurusan nonmusik, tidak ada konsekuensi fatal dari gagalnya suatu *performance* karena menurut penelitian oleh Robson dan Kenny (2017) hal ini relatif pada pilihan karir bermusik dan kurangnya penilaian secara komprehensif apabila dibandingkan dengan mahasiswa jurusan musik yang menjadi anggota orkestra, sehingga tuntutan yang dirasakan oleh mahasiswa dari kegiatan *performance* yang akan dilakukan mempengaruhi MPA.

Yang terakhir, adanya penyebab dari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi atau mengubah MPA seperti *trait anxiety* (Thomas & Nettelbeck, 2014) dan tuntutan pelatih. Kedua *trait* antara perfeksionisme dan MPA ini belum tentu berkaitan, sedangkan *state* bisa menjadi pertimbangan karena dilihat dari situasi sesaat atau sifat sementara yang timbul pada perilaku individu.

Inovasi dari penelitian ini adalah penelitian mengenai MPA pada mahasiswa pemain orkestra khususnya yang bukan merupakan jurusan musik baru dilaksanakan di Indonesia. Keterbatasan penelitian ini adalah penggunaan *convenience sampling* yang berimplikasi pada sulitnya memperoleh sampel yang besar karena ketidakhadiran anggota atau dapat dikatakan nonaktif dari latihan rutin. Saran bagi peneliti selanjutnya dalam meneliti variabel perfeksionisme maupun variabel MPA adalah jumlah sampel dapat lebih diperbanyak dengan menentukan batas minimum pengambilan sampel sesuai dengan jumlah populasi agar hasil yang didapatkan lebih representatif atau dengan mempertimbangkan tempat yang memiliki populasi yang cukup besar sebagai tempat penelitian serta dibuat lebih spesifik seperti misal pada pemusik yang baru berlatih musik atau telah lama berlatih agar hasil yang diperoleh juga dapat lebih representatif sesuai dengan kategori yang ditentukan. Selain itu, peneliti selanjutnya perlu memperhatikan faktor-faktor yang terkait dengan individu dalam hal ini fokus pada pertimbangan yang diukur sebagai *state anxiety* atau dapat pula dikategorisasikan berdasar pada kapan terakhir tampil bermusik, perbaikan alat ukur, dan aspek-aspek yang berkaitan dengan tugas dan situasi bermusik sebagai penyebab yang dirasakan atau sebagai variabel prediktor dari MPA.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif meski tidak signifikan antara perfeksionisme dan MPA sehingga hipotesis tidak diterima. Uji beda menggunakan analisis *independent T-test* menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan tingkat MPA yang signifikan antara laki-laki dan perempuan.

## **DAFTAR PUSTAKA**



- Castiglione, C., Rampullo, A., & Cardullo, S. (2018). Self representations and music performance anxiety: A study with professional and amateur musicians. *Europe's Journal of Psychology, 14*, 792-805.
- Cohen, S., & Bodner, E. (2018). The relationship between flow and music performance anxiety amongst professional classical orchestral musicians. *Psychology of Music, 47*, 420-435.
- Cupido, C. (2018). Music performance anxiety, perfectionism and its manifestation in the lived experiences of singer teachers. *Muziki, 15*, 14-36.
- Dea, K. (2013). *Perbedaan tingkat kecemasan performa musikal antara pemain musik klasik yang tampil secara solo, duo, dan trio atau lebih*. (Skripsi tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Depok.
- Diaz, F. (2018). Relationships among meditation, perfectionism, mindfulness, and performance anxiety among collegiate music students. *Journal of Research in Music Education, 66*, 150-167.
- Fuentes-Rodriguez, G., Garcia-Lopez, L.-J., & Garcia-Trujillo, V. (2018). Exploring the role of the DSM-5 performance-only specifier in adolescents with social anxiety disorder. *Psychiatry Research, 270*, 1033-1038.
- Güven, E. (2015). Levels of music performance anxiety and test anxiety of Turkish prospective music teachers in piano exams. *International Journal of Music Education, 35*, 154-164.
- Helding, L. (2016). Music performance anxiety. *Journal of Singing, 73*, 83-90.
- Hewitt, P., & Flett, G. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assesment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 456-470.
- Kenny, D., & Ackermann, B. (2015). Performance-related musculoskeletal pain, depression and music performance anxiety in professional orchestral musicians: A population study. *Psychology of Music, 43*, 43-60.
- Kenny, D., Davis, P., & Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders, 18*, 757-777.
- Kenny, D., Driscoll, T., & Ackermann, B. (2012). Psychological well-being in professional orchestral musicians in Australia: A descriptive population study. *Psychology of Music, 42*, 210-232.
- Kenny, D. T. (2006). Music performance anxiety: Origins, phenomenology, assessment and treatment. *Journal of Music Research, 31*, 51-64.
- Kobori, O., Yoshie, M., Kudo, K., & Ohtsuki, T. (2011). Traits and cognitions of perfectionism and their relation with coping style, effort, achievement, and performance anxiety in Japanese musicians. *Journal of Anxiety Disorder, 25*, 674-679.
- Macedo, A., Marques, M., & Pereira, A. T. (2014). Perfectionism and psychological distress: A review of the cognitive factors. *International Journal of Clinical Neurosciences and Mental Health, 1*, 1-10.
- Nicholson, D., Cody, M., & Beck, J. (2014). Anxiety in musicians: On and off stage. *Psychology of Music, 43*, 438-449.
- Paliaukiene, V., Kazlauskas, E., Eimontas, J., & Skeryte-Kazlauskiene, M. (2018). Music performance anxiety among students of the academy in Lithuania. *Music Education Research, 20*, 390-397.
- Patston, T., & Osborne, M. (2016). The developmental features of music performance anxiety and perfectionism in school age music students. *Performance Enhancement & Health, 4*, 42-49.
- Piko, B. F., & Kenny, D. T. (2018). Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism. *Research Studies in Music Education, 00*, 1-17.

- Robson, K., & Kenny, D. (2017). Music performance anxiety in ensemble rehearsals and concerts: A comparison of music and non-music major undergraduate musicians. *Psychology of Music, 45*, 868-885.
- Sarikaya, M., & Kurtaslan, Z. (2018). Prediction of musical performance anxiety according to music teacher candidates' perfectionism and self-efficacy beliefs. *International Online Journal of Educational Sciences, 10*, 183-198.
- Thomas, J. P., & Nettelbeck, T. (2014). Performance anxiety in adolescent musicians. *Psychology of Music, 42*, 624–634.